

# 自由時間の使い方にもみる 男女の違い

佐藤 香 (東京大学社会科学研究所准教授)

## 【要旨】

習い事・学習塾・部活動・アルバイトなどで多忙化している子どもたちの自由時間(2-1参照)に焦点をあてて、男女による違いをみた。学校段階によらず、男子よりも女子で自由時間が長い傾向にあるが、女子の自由時間活動はテレビ視聴や携帯電話、音楽を聴くなど受動的なものが多い。また、年齢とともに自由時間活動を行う時間は長くなっていく。男子に好まれる活動と女子に好まれる活動は学校段階によって変化せず、好みが逆転するようなことはない。むしろ時間的な差は拡大する傾向がみられる。

## 1. はじめに

生活時間の視点からみると、日本社会の特徴として、男女によって生活時間が大きく異なる点が指摘されている。そのおもな理由は性別役割分業にある。一般に男性は仕事、女性は家事を主要な活動にしているため、必然的に時間の使い方が異なってくる。ただし、性別役割分業が顕著であるのは既婚者であり、未婚者の男女による違いは相対的に小さい。矢野真和『生活時間の社会学——社会の時間・個人の時間』(東京大学出版会、1995)では、結婚によって男性は仕事と家事が減少して睡眠と食事が増加するのに対して、女性は仕事を減らして家事を増加させるが、その二重負担から自由時間と睡眠時間が減少していると指摘している。

以上は成人についての特徴であり、性別役割分業の規範に縛られていない現代の子どもたちでは男女の違いは小さいだろう。授業時間や部活動の時間は男女とも共通しており、

女の子だからといって家事の大半を行うわけでもない。前田愛は、『都市空間のなかの文学』(筑摩書房、1992)において、明治時代を舞台にした樋口一葉の『たけくらべ』を、主人公の美登利が少年たちよりも早く子どもであることを卒業して大人の時間に入っていく物語としてとらえている。かつては、女の子は男の子よりも早く大人になることを求められ、また、認められていたと考えることができる。男女による結婚年齢の違いなども、その表れの一端であるかもしれない。

けれども現代では、男女によって大人になることを求められる時期が異なるということはない。このような、男女による違いが相対的に小さい子どもたちの時間において、その差がもっとも明確にみられるのは、嗜好に依存するところが大きい自由時間の使い方であると考えられる。本章では、放課後の生活時間のなかで、とくに自由時間の使い方にも焦点をあてて、男女による違いと、学校段階による変化とをみていくことにしたい。なお、本

章ではふだんの生活時間をたずねたアンケート調査の回答結果を用いて分析を行う。「ながら行動」を含めた生活時間の総量を把握することができるためである。

## 2. 自由時間の活動

### 2-1 子どもたちの多忙化と自由時間の減少

子どもたちにとって、放課後の時間がすべて自由時間だというわけではない。学校段階によって異なるが、習い事や部活動、高校生ではアルバイトなど、一定の時間を要する活動が恒常的にスケジュールに組み込まれている（2.5次行動、第1部第1章参照）。これらの活動によって、子どもたちの放課後は多忙化しているといつてよい。

表2-1は、調査結果から習い事・学習塾・部活動・アルバイトにどれだけの時間を費やしているのかを、週あたりの平均時間で示したものである。小学生から中学生になると、これらの活動の合計時間が男女ともに2倍以上になり、それだけ自由時間が減少することがわかる。中学生と高校生では合計時間ではそれほど大きな違いはないが、その内容は異なっており、習い事や学習塾が減少して、その分がアルバイトにあてられている。また、

男女による違いについてみると、これらの活動時間の合計は、どの学校段階でも男子のほうが長い。女子よりも男子で放課後が多忙化しているとみることができる。

以上のように、女子のほうが男子よりも自由時間が長い傾向があることを確認したうえで、本章では、自由時間を次の14の活動を行う時間として定義することにしたい（アンケート調査、調査票問④参照）。

- 1) 学校の宿題をする
- 2) 学校の宿題以外の勉強をする
- 3) テレビやDVDを見る
- 4) テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ
- 5) 携帯電話を使う
- 6) パソコンを使う
- 7) 音楽を聴く
- 8) 本を読む
- 9) マンガや雑誌を読む
- 10) 新聞を読む
- 11) 家の手伝いをする
- 12) 昼寝をする
- 13) 外で遊ぶ・スポーツをする  
(習い事・部活動を除く)
- 14) ぼーっとする

図2-1は自由時間活動の合計時間（1日

表2-1 習い事、学習塾、部活動、アルバイトの時間（1週間あたりの平均時間、学校段階別・性別）

		習い事	学習塾	部活動	アルバイト	合計
小学生	男子	4時間39分	2時間04分	—	—	6時間43分
	女子	3時間28分	1時間51分	—	—	5時間20分
中学生	男子	1時間38分	3時間07分	8時間22分	—	13時間07分
	女子	1時間24分	2時間50分	8時間13分	—	12時間27分
高校生	男子	49分	52分	10時間57分	1時間05分	13時間43分
	女子	46分	48分	8時間38分	1時間41分	11時間52分

注1) 1週間あたりの平均時間は、それぞれの活動に「行っている」「入っている」「定期的にアルバイトをしている」と回答した子どもについては、1回（日）あたりの時間に1週間の回数（日数）をかけて算出、「行っていない」子どもなどは0分として含めて、全体の平均を算出した。なお、1回（日）あたりの時間または1週間の回数（日数）が無回答・不明の場合は分析から除いた。

注2) 「部活動」は中・高校生のみ、「アルバイト」は高校生のみにした。また、

あたりの平均時間)を学校段階別・性別に示したものである。小学生よりも習い事・学習塾・部活動・アルバイトによる拘束時間が長い中・高校生のほうが自由時間活動の時間が長くなっている。中・高校生は小学生よりも睡眠時間が短いため、その分が自由時間活動にあてられていると考えることができるだろう。

また、予想されるように、男子よりも女子の合計時間のほうが長い。その差は学校段階ごとに拡大しており、小学生では10分、中学生では41分、高校生では51分となっている。中学生と高校生では統計的にも有意な差があり(ともに0.1%水準)、学校段階が上がるにつれて自由時間活動の男女差が大きくなっていることがわかる。

これを7倍にした数値を1週間あたりとみなせば、自由時間活動の男女差は、小学生1時間10分、中学生4時間47分、高校生5時間

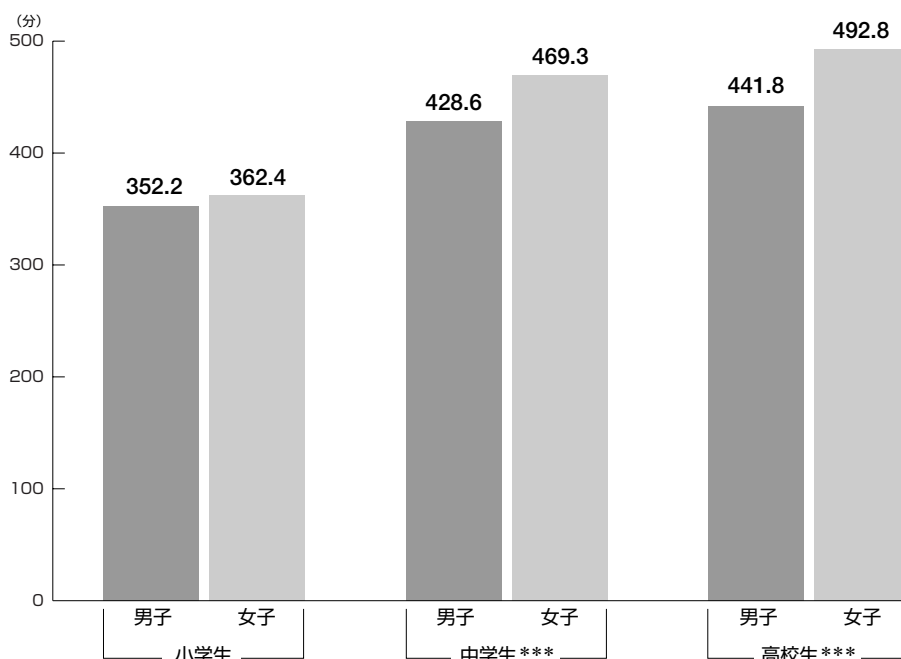
57分となる。これは表2-1の男女差よりもかなり大きい。女子は、音楽を聴きながら本を読んだり、習い事・学習塾・部活動・アルバイトの時間を少なくしたりすることによって、自由時間活動の時間を確保しているとみなすことができる。

## 2-2 自由時間活動からみた男女の違い

それでは、先にあげた14の活動のそれぞれについて、ふだんの日にどれだけの時間を使っているかを、学校段階別・性別にみてみよう。

表2-2に学校段階別・性別の自由時間活動の平均時間を示した。まず学校段階別にみると、1)どの学校段階でも自由時間活動のうちテレビやDVDを見る時間(以下、「テレビ」)がもっとも長い、2)学校の宿題以外の勉強をする時間(以下、「宿題以外の勉強時間」)は中学生がもっとも長い、3)携帯

図2-1 自由時間活動の合計時間(1日あたりの平均時間、学校段階別・性別)



注1) 平均時間は、14の自由時間活動それぞれについて、「しない」を0分、「4時間」を240分、「4時間より多い」を300分のように置き換えて、合計した。14の自由時間活動のいずれかが無回答・不明の場合は分析から除いているため、表2-2の各活動の時間の合計とは異なる。

注2) \*\*\* p < .001, \*\* p < .01, \* p < .05。

電話を使う時間（以下、「携帯電話」）と音楽を聴く時間（以下、「音楽」）は学校段階が上がるにつれて長くなる、4）外で遊ぶ・スポーツをする時間（以下、「外遊び」）は学校段階が上がるにつれて短くなる、という特徴が浮かび上がってくる。中学生の勉強時間が長いのは高校受験の影響であろうか。テレビの時間は高校生男子を除いていずれも100分を超える。テレビの時間について、もう少し詳しくみると、自由時間活動の合計のうちテレビの時間が占める比率は、図2-1、表2-2の値より算出すると、男女とも、小学生で30%、中学生で25%、高校生で20%前後となっている。

冒頭でふれた矢野（1995）によると、1990年代における日本人（成人）の平日の自由時間に占めるテレビの時間の比率は40%にのぼっていた。近年、大人についてはテレビ離れの傾向が指摘されているが、その多くはテレビからパソコンへのシフトのためであるとい

われている。テレビを見るにしてもDVDを見るにしても、あるいはパソコンであっても、何らかのモニター（受信機）の前には変わりはない。その意味ではモニターの前の時間は、むしろ増加しているかもしれない。

表2-2からも明らかであるが、子どもたちも大人と同様に、モニターの前にいる時間が長いことには変わりはない。自由時間に占めるテレビの時間の比率は大人と比較するとやや低い、これは子どもたちの自由時間が大人よりも長いためであり、仕事や家事に多くの時間を費やすようになれば、その比率が上昇することが予想される。

また、中・高校生では携帯電話を使う時間と音楽を聴く時間がきわめて長い。この2つの活動の合計時間をみると、小学生男子7分、女子19分にとどまっているのに対して、中学生男子48分、女子76分、高校生男子101分、女子152分となっている。高校生では、この2つ

表2-2 自由時間活動にあてる時間（1日あたりの平均時間、学校段階別・性別）

	小学生		中学生		高校生	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
学校の宿題をする	31.4	38.4	33.6	40.3	39.1	45.8
学校の宿題以外の勉強をする	34.4	37.8	56.9	60.7	34.0	34.3
テレビやDVDを見る	101.6	112.9	103.7	118.5	85.5	103.5
テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ	49.7	23.4	48.2	22.6	42.9	20.6
携帯電話を使う	1.1	5.8	18.9	35.1	52.7	92.1
パソコンを使う	12.7	13.1	26.9	28.3	31.7	22.8
音楽を聴く	5.8	13.3	29.3	41.3	48.4	59.6
本を読む	15.3	25.0	17.6	24.8	18.0	17.2
マンガや雑誌を読む	20.6	20.7	21.4	24.8	22.1	21.5
新聞を読む	2.8	2.7	4.8	3.7	4.8	3.3
家の手伝いをする	8.3	12.4	8.4	13.1	6.8	14.2
昼寝をする	2.5	3.7	12.0	14.2	12.4	15.4
外で遊ぶ・スポーツをする （習い事・部活動を除く）	53.5	36.7	26.0	13.9	15.3	9.4
ほっとする	14.0	17.9	22.3	28.5	28.2	35.5

注) 平均時間は、14の自由時間活動それぞれについて、「しない」を0分、「4時間」を240分、「4時間より多い」を300分のように置き換えて、無回答・不明を除いて算出した。

の活動の合計時間がテレビの時間よりも長い。高校生の放課後は、1時間半前後のテレビの時間に加えて、男子で1時間半強の携帯電話と音楽、女子で2時間半の携帯電話と音楽で占められていることになる。

テレビ・携帯電話・音楽は、2つの意味で能動的というよりも受動的である。1つは、その活動に積極的に向かう必要がなく、なかばぼんやりしたままでも行うことが可能な活動であるという意味での受動性である。もう1つは、友人関係を維持する、あるいは話題についていくために必要な活動であるという意味での受動性である。話題のテレビ番組は見ておかななくてはならないし、流行の音楽は聴いておかなければならない。友人関係を壊したくなければ携帯電話でのメールのやりとりも無視することはできないだろう。

テレビ・携帯電話・音楽の時間に圧迫されていると考えれば、勉強時間が短いことは当然であるのかもしれない。学校の宿題をする時間（以下、「宿題」）と宿題以外の勉強時間を合計しても平均が100分を超えるのは中学生の女子のみである。小学生は男子66分、女子76分、中学生は男子91分、女子101分、高校生は男子73分、女子80分となっている。女子のほうがやや長い、自由時間の合計と比較すればその差は小さい。

どの学校段階でも女子は男子よりも、テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ時間（以下、「ゲーム」）・外遊び・新聞を読む時間（以下、「新聞」）の平均時間が短く、テレビ・携帯電話・音楽・宿題・宿題以外の勉強時間の平均

時間が長いことがわかる。先にふれたように、とくに携帯電話の時間は学校段階が上がるとともに男女差が大きくなっており、小学生では5分の違いであるのに対して、中学生16分、高校生39分の男女差となっている。

以上のように、表2-2からは各活動の男女差の特徴をみることができ、それぞれの活動の平均時間には統計的に有意な差があるのだろうか。学校段階別に男女による平均活動時間の差を検定したところ、5%水準以下で有意であった活動の種類は、小学生で7つ、中学生で8つ、高校生で8つであった。

この点を見るため、活動内容全体としての男女差について検討してみよう。ここでは、14の自由時間活動について、各活動時間の男女差の絶対値をとり、それを合計した「不平等指数」を用いて、男女の違いをみることにする。平均活動時間が男女で大きく異なる活動の数が多いほど、不平等指数は大きくなる。

学校段階別の不平等指数を表2-3に示したが、男女による自由時間活動のあり方の違いは、学校段階が上がるとともに拡大している。図2-1でみたように、中学生や高校生では自由時間活動をする時間をどれだけ確保するかの総量が男女で異なっているが、その時間を何に使うかについての男女による違いも拡大している。

学校段階による違いと男女による違いとは、どちらが大きいのだろうか。これを比較するため、各活動の平均時間を従属変数とし、学校段階と性別を説明変数とする二元配置分散分析を行った。結果の図表は省略するが、ほとんどの活動について、学校段階と性別の主効果および学校段階と性別との交互作用のいずれも有意であった。例外的にどちらかの主効果が有意でないのは、パソコン・マンガや家の手伝いをする（以下、「手伝い」）の3つの活動である。パソコンとマンガでは、性別による違いは有意ではなく、学校段階と交互作用とが有意である。逆に、手伝いは、学校段階による違いは有意ではなく、性別と交互作用とが有意である。

表2-3 自由時間活動の男女間不平等指数  
(学校段階別)

小学生	96.4
中学生	117.2
高校生	133.3

注) 不平等指数：各活動時間のカテゴリ間(ここでは男女間)の差の絶対値をとり、それを合計したもの。数値が大きいほど、カテゴリ間の差が大きいことを意味する。



### 3. 自由時間活動の行為者率および行為者時間からみた男女の違い

前節では、全体での平均時間を用いて、自由時間活動についての男女差をみた。平均時間を用いると、その活動を行わない人（＝活動時間0分）が含まれている場合には平均時間が短くなる。そのため、行っている人の活動時間は同じでも、行わない人の比率によって平均時間が異なってきてしまう。この点をふまえ、本節では行為者率、すなわち時間の多少にかかわらず1日のなかでその活動を行う人の比率と、行為者平均時間、すなわち活動を行っている人の活動時間とに着目することにした。

#### 3-1 自由時間活動の行為者率

学校段階別に、自由時間活動の行為者率に男女による違いがあるか否かをみたところ、先にあげた14の自由時間活動のうち、テレビを除く13の活動について、いずれかの学校段階で統計的に有意な男女差があった。

図2-2の①～⑬に各活動の行為者率を示したが、有意であるか否かにかかわらず、男子と女子のどちらで行為者率が高いかは、活動によってほとんど決まっており、学校段階で逆転するのは例外的であることがわかる。男子よりも女子で行為者率が高い自由時間活動は、宿題・宿題以外の勉強・携帯電話・音楽・手伝い・昼寝をする（以下、「昼寝」）・ぼーっとする、の7つの活動である。一方、男子で行為者率が高い活動は、ゲーム・パソコン・新聞・外遊び、の4つの活動となっている。本を読む時間（以下、「読書」）は例外的で、小学生と中学生では女子で行為者率が高いが、高校生になると逆転して男子がやや高くなる。高校生女子ではテレビ・携帯電話・音楽の3つの活動時間の長さから、読書にあてる時間を確保しにくくなるのかもしれない（2-2参照）。

行為者率に着目すると、どのような自由時間活動を行うかの選択については、小学生か

ら高校生まで共通して男女による一貫した傾向があるといえる。ただし、その行為者率の差は、学校段階によって微妙に変化する。

たとえばゲームは、小学生の段階から男子で行為者率が高い活動であるが、その男女の差は学校段階が上がるほど拡大する傾向がある。ゲームとは対照的に、手伝いは、小学生の段階から女子で行為者率が高い活動であるが、その差は学校段階が上がるほど拡大している。逆に、小学生では女子の行為者率が高い活動である宿題以外の勉強・音楽・読書では、学校段階が上がるとともに行為者率の差が縮小している。また、男女の行為者率の差が学校段階によってほとんど変化しない、新聞や昼寝のような活動もある。

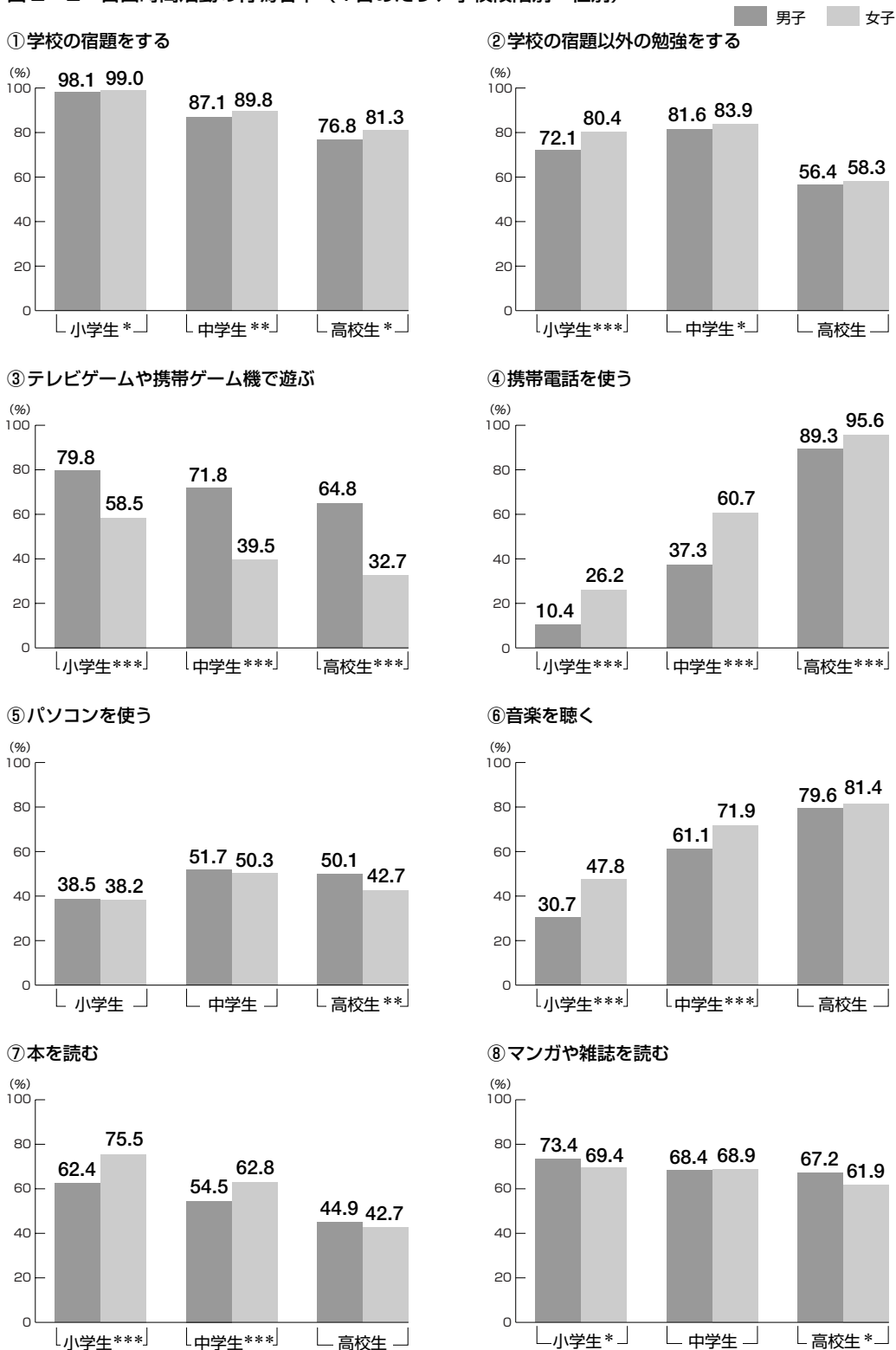
けれども、このような学校段階による行為者率の変化の影響は相対的に小さく、もともとの男女による違いを打ち消すほどのものではない。2-2でみた二元配置分散分析でも、ほとんどの活動で性別の主効果が有意であった。言い換えれば、自由時間活動の男女による違いは、学校段階によらない構造的な違いで、かなり硬直的なものといえる。

#### 3-2 行為者時間からみた男女の違い

各活動の行為者平均時間を表2-4に示した。表2-2の、非行為者を含めた全体の平均時間を参照しながらみていくことにしたい。

宿題の時間は、表2-2では学校段階で明確な傾向はみられなかったが、表2-4をみると、学校段階が上がるとともに増加していることがわかる。行為者率が減少するために高校生全体の平均時間は短くなっているが、行為者平均時間では高校生がもっとも長い。宿題をしなければならぬ高校生では、その所要時間は小・中学生よりも長くなるはずである。行為者平均時間をみることによって、この点が確認されたことになる。同様の傾向は宿題以外の勉強でもみられるが、中学生の勉強時間がもっとも長いという点では、全体平均でみた場合と共通している。また、どの学校段階でも宿題の時間は男子よりも女子の

図2-2 自由時間活動の行為者率（1日あたり、学校段階別・性別）

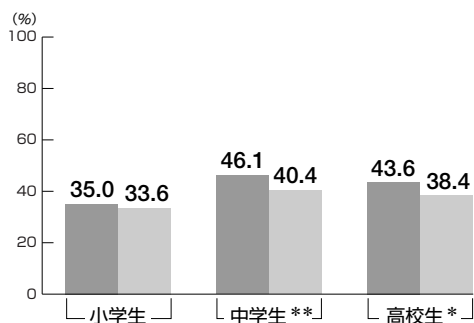


注1) 行為者率は、「テレビやDVDを見る」を除く13の自由時間活動それぞれについて、「しない」を0、「5分」～「4時間より多い」を1と置き換えて、無回答・不明を除いたうえで、1の比率を算出した。

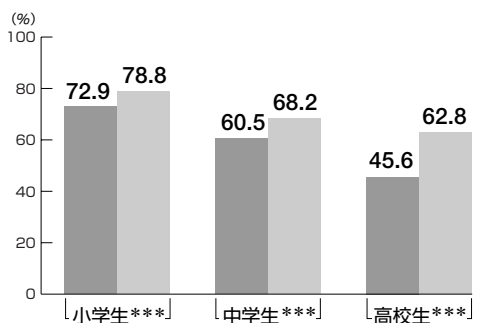
注2) \*\*\* p < .001, \*\* p < .01, \* p < .05。

\*次ページにつづく。

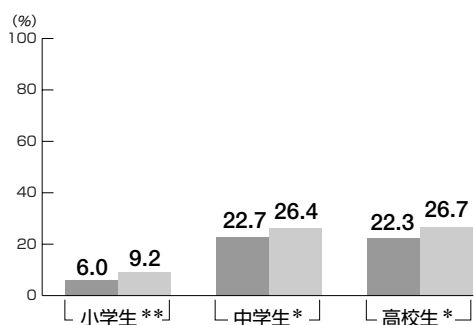
⑨ 新聞を読む



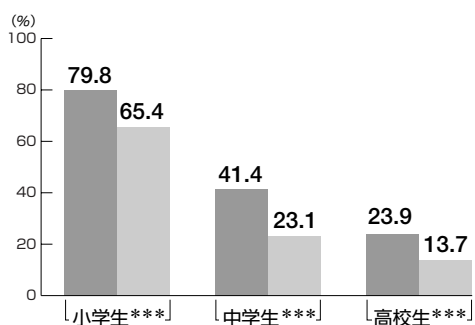
⑩ 家の手伝いをする



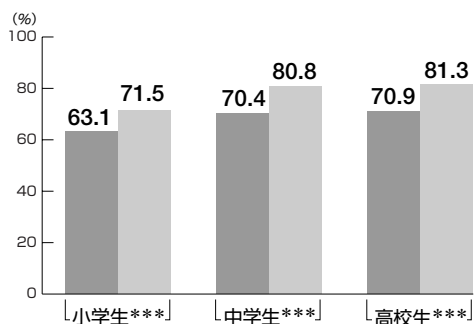
⑪ 昼寝をする



⑫ 外で遊ぶ・スポーツをする(習い事・部活動を除く)



⑬ ぼーっとする



注1) 行為者率は、「テレビやDVDを見る」を除く13の自由時間活動それぞれについて、「しない」を0、「5分」～「4時間より多い」を1と置き換えて、無回答・不明を除いたうえで、1の比率を算出した。

注2) \*\*\* p < .001, \*\* p < .01, \* p < .05。



表2-4 自由時間活動の行為者平均時間（1日あたり、学校段階別・性別）

(分)

	小学生		中学生		高校生	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
学校の宿題をする	32.0	38.8	38.6	44.8	50.9	56.3
学校の宿題以外の勉強をする	47.8	47.0	69.7	72.4	60.2	58.8
テレビやDVDを見る	104.6	116.5	107.5	122.5	92.3	109.6
テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ	62.3	39.9	67.1	57.3	66.2	63.0
携帯電話を使う	10.5	22.0	50.7	57.8	59.0	96.3
パソコンを使う	33.0	34.3	52.0	56.2	63.3	53.4
音楽を聴く	19.0	27.8	48.0	57.5	60.8	73.3
本を読む	24.5	33.1	32.3	39.5	40.1	40.3
マンガや雑誌を読む	28.1	29.8	31.2	36.0	32.9	34.8
新聞を読む	8.1	8.0	10.4	9.1	11.1	8.5
家の手伝いをする	11.4	15.8	13.8	19.2	14.9	22.6
昼寝をする	41.1	39.7	52.8	53.7	55.8	57.7
外で遊ぶ・スポーツをする (習い事・部活動を除く)	67.1	56.1	62.9	60.3	64.2	68.4
ぼーっとする	22.2	25.0	31.7	35.2	39.8	43.6

注) 行為者平均時間は、14の自由時間活動それぞれについて、「しない」と回答した人と無回答・不明を除いたうえで、「5分」を5分、「4時間」を240分、「4時間より多い」を300分のように置き換えて算出した。

ほうが長い、宿題以外の勉強では男女の差はほとんどない。

テレビの時間は行為者率がきわめて高いためもあって、全体平均の時間と行為者平均時間がほぼ等しい。男子よりも女子でテレビの時間が長いという傾向にも違いはない。それに対して、ゲームの時間は、全体平均では、どの学校段階でも明らかに男子のほうが長くなっていったが、行為者平均時間でみると、やや異なるようである。小学生では20分程度の差があるが、中学生で10分、高校生で3分と、その差は急速に縮小する。全体平均では、行為者率が大きく異なるために男女差が顕著であるが、ゲームを行う子どもに限れば、その活動時間は男女による違いは小さく、高校生ではほとんど差がなくなっていることがわかる。

携帯電話やパソコンは全体平均時間と行為者平均時間の違いが大きく、とりわけ学校段

階によって行為者率が大きく変化するため、小学生や中学生での違いが大きくなっている。図表は省くが、中学生の携帯電話の時間は、全体平均では30分に達していなかったが、行為者平均時間では50分を超え、女子では1時間近い。

昼寝も行為者率が低く、全体平均時間と行為者平均時間とが大きく異なる活動といえる。行為者平均時間でみると、男女とも、小学生では40分前後、中学生では50分程度、高校生では60分程度の昼寝をしていることがわかる。

全体平均時間でみたときの外遊びは、学校段階が上がるとともに急速に減少し、かつ男女差の大きい活動であった。けれども、これは行為者率の違いや変化によるところが大きい。行為者平均時間でみると、実は、学校段階や男女による違いは、ほとんどない。

全体平均と同様に、それぞれの活動につい

表2-5 自由時間活動の男女間行為者不平等指数（学校段階別）

小学生	91.3
中学生	84.7
高校生	108.1

注) 不平等指数：各活動時間のカテゴリ間（ここでは男女間）の差の絶対値をとり、それを合計したもの。数値が大きいほど、カテゴリ間の差が大きいことを意味する。

て男女による行為者平均時間の差を検定したところ、5%水準で有意であった活動の種類は、小学生で8つ、中学生と高校生では7つであった。また不平等指数についても、行為者平均時間でみると、全体平均でみた場合の不平等指数よりも小さいことがわかる（表2-5）。

以上のことをまとめておこう。自由時間の使い方は、学校段階が上がるとともに男女による違いが拡大していくが、それは、何をやるかが男女で異なっている（行為者率が異なる）ためであり、必ずしも同じ活動をする場合に、男女による活動時間が異なる（行為者平均時間が異なる）ためではない。どの学校段階でも、男子と同じような活動をする女子や、女子と同じような活動をする男子は存在しているが、いずれも、女子のなかで、あるいは男子のなかでの少数派にすぎない。そして、そのような少数派は、小学生よりも中学生で、中学生よりも高校生で、より少数派になっていくということになる。

## 4. おわりに

14種類の自由時間活動を用いて、男女の違いをみてきた。これらの活動にみられる男女の違いは、学校段階によらない硬直的な構造になっている。つまり、「男の子らしい活動」

と「女の子らしい活動」が明確にあり、そのうに「小学生らしい活動」「中学生らしい活動」「高校生らしい活動」が存在する構造になっている。

自由時間活動は個人の嗜好による選択的な活動であり、そこに硬直的な男女の違いがあることは、不思議ではないかもしれない。けれども、ここでみた「女の子らしい活動」は、テレビ・携帯電話・音楽に特化している。2-2でも述べたように、これらの活動は2つの意味で受動的である。とくにやる気がなくてもやれる、やりたくなくてもやらなくてはならない、そのような活動である。これら3つの自由時間活動が自由時間全体に占める比率は学校段階とともに上昇する。男子では小学生31%<中学生35%<高校生42%、女子では小学生36%<中学生42%<高校生52%となっている。小学生はともかく、中・高校生、とりわけ女子については、こうした現状には、「自由」というよりも、むしろ「不自由」な印象を受ける。あまり健康的でないばかりか、時間の効率性からいっても、もったいないように思う。大人と比べれば、子どもたちの自由時間の総量は長いが、その質を考慮した場合、大人よりも恵まれているとはいえず、むしろ、自由時間の短い大人と同じような活動しかできていないといえる。

自由時間の活動は「自由」であることに意味がある。どのような活動をするかについては子どもたちの選択を尊重すべきだろう。だが、1日24時間という時間制約のなかで、どのような時間の使い方をするかで生活の質は大きく左右される。子どもたちの生活の質を高め、より自由な活動を可能にするためには、やはり大人のアドバイスが求められるのではないだろうか。そして何より、最大の余暇活動がテレビ視聴だという大人の生活を改める必要がある。